

"Peningkatan dalam kebersihan lingkungan Dengan menetapkan gaya hidup sehat"

Di dusun Karanglo Sokowaten

Mahasiswa KKN Alternatif 63 Divisi II.A.3

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Pendahuluan

Menjaga Kesehatan Lingkungan merupakan suatu kewajiban bagi setiap individu, selain merupakan anugerah yang diberikan sang pencipta kepada hamba-Nya, Kesehatan Lingkungan harus tetap dijaga agar keluarga kita terhindar penyakit. Karena kesehatan tidak ternilai harganya. Terkadang pada saat kita sehat, kita lupa akan nikmat tersebut dan ketika sakit kita baru sadar dan merasakan betapa kesehatan itu sungguh sangat berharga.

Tubuh yang sehat bisa didapatkan dari berolahraga secara teratur, mengonsumsi makanan bergizi, dan lingkungan yang sehat dan bersih. Lingkungan yang sehat terkadang sering tidak kita perhatikan karena kesibukan dalam bekerja sehingga lingkungan sekitar tidak dijaga kebersihannya. Akibat dari lingkungan yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satu yang mengkhawatirkan adalah demam berdarah (DBD) karena dapat menyebabkan kematian.

Kita harus tahu tentang manfaat menjaga kebersihan lingkungan, karena menjaga kebersihan lingkungan sangatlah berguna untuk kita semua karena dapat menciptakan kehidupan yang aman, bersih, sejuk dan sehat. Maka dari itu salah satu program KKN UAD yang bertema lingkungan bersih dan sehat dengan memberikan edukasi yang berupa tentang GERMAS. Tujuan dari gerakan ini adalah menjalani hidup yang lebih sehat. Gaya hidup sehat akan memberi banyak manfaat, mulai dari peningkatan kualitas kesehatan hingga peningkatan produktivitas seseorang. Hal penting lain yang tidak boleh dilupakan dari gaya hidup sehat adalah lingkungan yang bersih dan sehat serta berkurangnya resiko membuang lebih banyak uang untuk biaya berobat ketika sakit.

Kata Kunci : Kesehatan, kebersihan lingkungan, Karanglo Sokowaten

I. PENDAHULUAN

Karanglo sokowaten merupakan salah satu dusun yang berada di kelurahan Tamanan kecamatan Banguntapan Bantul Kota Yogyakarta. Dusun Karanglo Sokowaten hanya memiliki satu RT yaitu RT.05. Desa Karanglo terletak di utara Ringroad Selatan, di wilayah pedukuhan Sokowaten, kelurahan Tamanan Banguntapan Bantul. Letak desa Karanglo dibatasi sungai code di sebelah barat, sebelah timur dibatasi jalan Maudri, disebelah utara berbatasan dengan desa Wirosaban dan disebelah selatan berbatasan dengan desa Sokowaten. Dusun Karanglo memiliki beberapa kegiatan yang dapat menunjang kesehatan masyarakatnya, diantaranya dilakukan kegiatan senam kebugaran setiap hari Minggu sore di gedung serbaguna dusun Karanglo yang diperuntukkan bagi ibu-ibu dusun Karanglo dan posyandu balita dan lansia yang rutin diselenggarakan setiap 1 bulan sekali. Permasalahan yang ditemukan ialah jumlah kegiatan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat di dusun Karanglo masih sangat sedikit dan tidak menjangkau semua cakupan usia masyarakatnya.

II. METODE PELAKSANAAN

Guna mencapai tujuan yang diharapkan, maka program KKN di Dusun Karanglo dilakukan dengan upaya edukasi kepada masyarakat. Metode edukasi yang digunakan adalah penyuluhan, pembagian leaflet, dan praktik secara langsung. Ringkasan metode pelaksanaan beserta jam kerja efektif mahasiswa (JKEM) yang tersaji dalam tabel 1

Tabel 1. Metode, Kegiatan, JKEM dan Keterlibatan Mahasiswa

No	Metode	Kegiatan	JKEM	Jumlah Keterlibatan
1	Penyuluhan	Penyuluhan tentang 7 gerakan cuci tangan	1 x 200''	5 Mahasiswa
		Penyuluhan tentang TBC	1 x 200''	9 Mahasiswa
		Penyuluhan tentang GERMAS	1 x 200''	5 Mahasiswa
2	Praktik	Menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan	1 x 200''	9 Mahasiswa
		Menyelenggarakan kerja bakti	6 x 100''	9 Mahasiswa
		Pembuatan tempat sampah	1 x 150''	9 Mahasiswa
		Mendampingi posyandu balita dan lansia	2 x 100''	9 Mahasiswa
		Mendampingi senam aerobik untuk menambah stamina dan kebugaran tubuh	5 x 100''	9 Mahasiswa

III. PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Kegiatan program unggulan dari KKN ini adalah dalam bidang kesehatan dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat dusun Karanglo agar mampu menjadi masyarakat yang produktif hingga diusia yang semakin tua. Kegiatan yang dilakukan dimulai dari usia anak-anak, remaja, hingga dewasa, agar setiap lapisan masyarakat mendapatkan program kesehatan yang menyeluruh.

Pelaksanaan program ini diawali dengan kegiatan penyuluhan 7 gerakan cuci tangan dengan sasaran anak-anak tujuannya agar anak lebih mengerti langkah mencuci tangan yang benar dan mengetahui cara menjaga kebersihan dari hal yang paling kecil. Anak juga diajak untuk mempraktikkan mencuci tangan menggunakan sabun dengan cara yang benar, sehingga bukan hanya diberikan materi saja.

Penyuluhan kedua yakni tentang Narkoba dilihat dari sisi medis, psikologi dan hukum dengan sasaran remaja yang tergabung dalam muda-mudi dusun

Karanglo. Remaja menjadi sasaran sebab usia remaja masih dikatakan labil dan dapat mudah terjerat semacam ini. Dengan benar-benar memahami segala sisi negative penggunaan agar para pemuda memahami dan mengerti tujuan penggunaan obat penenang dalam medis, kerugian yang dirasakan apabila menyalahgunakan penggunaan napza mulai dari terganggunya kesehatan, psikologis, dan jerat hukum bagi penggunanya. Sehingga para muda-mudi dapat memahami dan menghindarkan diri dari penggunaan narkoba yang tidak sesuai dengan anjuran medis.

Penyuluhan selanjutnya yaitu TBC atau tuberculosis dengan sasaran bapak-bapak yang dilakukan bertepatan dengan rapat RT. Penyuluhan terakhir yakni GERMAS yaitu gerakan masyarakat hidup sehat ini adalah suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Penyuluhan diberikan pada ibu-ibu PKK dan mendapatkan antusias yang baik ketika kegiatan berlangsung, karena ibuibu juga diberikan materi dalam bentuk leaflet yang dapat dibawa pulang.

Praktik kegiatan yang dicanangkan KKN UAD adalah menyelenggarakan cek kesehatan, mulai dari menyelenggarakan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat dengan sasaran muda-mudi, dewasa, hingga lansia. Kegiatan ini dilakukan sesudah kegiatan jalan sehat, sembari pembagian doorprize dalam kegiatan tersebut. Selain itu, kegiatan pemeriksaan kesehatan ini turut berkolaborasi dengan dokter yang memiliki praktik di dusun Karanglo, sehingga setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan, setiap masyarakat mendapatkan kertas berisi hasil pemeriksaan yang dapat dikonsultasikan kepada dokter mengenai keluhan dan hal-hal yang dapat dilakukan untuk menunjang kesehatan.

Selain itu, dalam kegiatan lain KKN UAD juga mendampingi kegiatan kesehatan masyarakat yakni posyandu balita dan lansia. Kegiatan posyandu balita dan lansia memiliki sasaran balita dan lansia di dusun karanglo, diselenggarakan setiap 1 bulan sekali yakni pada tanggal 5. Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur pertumbuhan dan perkembangan balita dari waktu ke waktu serta mengecek kesehatan lansia. Kegiatan pendampingan kesehatan juga dilaksanakan dalam kegiatan senam aerobik guna menambah stamina dan

kebugaran tubuh yang diikuti oleh ibu-ibu dusun Karanglo dan diselenggarakan setiap hari Minggu sore.







IV. Kesimpulan

Program kegiatan yang telah diselenggarakan oleh mahasiswa KKN Alternatif Divisi II.A.3 di Dusun Karanglo Sokowaten telah berhasil menarik masyarakat untuk aktif dalam kegiatan mulai dari penyuluhan 7 gerakan cuci tangan, narkoba dari sisi medis, psikologis, dan hukum, TBC, dan GERMAS serta praktik pemeriksaan kesehatan, pendampingan posyandu balita dan lansia, dan pendampingan senam aerobik. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya masyarakat yang ikut berpartisipasi dalam setiap kegiatan yang diselenggarakan.

FUTURE KKN
KULIAH KERJA NYATA ALTERNATIF
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
Periode 63 tahun Akademik 2018/2019

Lokasi : Masjid Al-Kautsar
Dusun : Karanglo
Desa/Kelurahan : Sokowaten/Tamanan
Kecamatan/Kota : Banguntapan/Bantul
Provinsi : Daerah Istimewa Yogyakarta



Disusun Oleh :

- | | |
|----------------------------------|--------------|
| 1. Zulicha Devi Hardjiyantie | (1500001188) |
| 2. Rimba Eka Cahyadi | (1500003111) |
| 3. Heni Zulyani | (1500004194) |
| 4. Bayu Winarno | (1500012132) |
| 5. Jihan Shafira Malik | (1500013199) |
| 6. Endra Nugroho | (1500019181) |
| 7. Yova Aprilya Devinta | (1500024217) |
| 8. Reynaldi Gustyan Ajie Jatmiko | (1500024261) |
| 9. Feni Cahya Eka Noviandari | (1703329004) |

Lembaga Pengabdian Masyarakat
Universitas Ahmad Dahlan
Yogyakarta
2018

Cerita Pendek dari Kisah yang Tak Pernah Usai KKN UAD di Masjid Al-Kautsar Karanglo Sokowaten, Tamanan, Banguntapan, Bantul

Pada tanggal 28 Maret 2019 kami seluruh peserta KKN Alternatif periode 63 tepatnya bertempat di Banguntapan, Bantul. Tentunya antusias itu terpancar dari semangat para peserta yang hari itu melaksanakan Upacara Pelepasan KKN Alternatif periode 63 yang dilaksanakan di Pendopo Kecamatan Banguntapan. Banguntapan adalah Kecamatan yang terpilih menjadi tempat kami melakukan Kuliah Kerja Nyata, kemudian dibagi menjadi dua Pedasaan yaitu Tamanan dan Baturetno. Unit kami yaitu unit II.A.3 mendapat jatah tempat di Tamanan lebih tepatnya Karanglo Sokowaten. Teriknya matahari tidak memudarkan semangat para mahasiswa untuk mengikuti Upacara Penerjunan tersebut. Termasuk kami, Unit II.A.3 yang kemudian diserahkan oleh Dosen Pembimbing Lapangan yaitu Hermanto, S.Pd. M.Hum. Sekitar pukul tiga lebih tiga puluh, Dosen Pembimbing Lapangan dan unit kami berkunjung ke Masjid Al Kautsar untuk bersilaturahmi sekaligus menyerahkan mahasiswa KKN Alternatif yang bertempat di sana selama kurang lebih dua bulan. Sebelumnya kelompok kami telah melakukan survei di lokasi sebelum tanggal penerjunan. Hasil survei tersebut yang kemudia kami gunakan untuk menyusun program-program kerja mahasiswa yang akan dilaksanakan selama dua bulan masa KKN di masjid Al-Kautsar yang terletak di dusun Karanglo Sokowaten, Tamanan, banguntapan, Bantul.

Kegiatan yang dilaksanakan oleh kelompok KKN Unit II.A.3 saat pertama kali yaitu silaturahmi ke rumah para warga Karanglo RT 05 tersebut sembari mengajak anak-anak datang ke masjid Al-Kautsar untuk mengikuti serangkaian kegiatan yang direncanakan oleh unit kami. Sebelumnya acara untuk anak-anak melaksanakan TPA pada hari Minggu saja, kemudian kami memiliki usul untuk menambh hari kegiatan TPA tersebut ke Takmir ataupun yang mengurus anak-anak di Masjid Al-Kautsar. Usaha yang kami lakuakn tidak cukup dengan itu saja. Maka dari itu, kelompok kami membuat undangan untuk anak-anak agar mereka antusias datang ke masjid Al-Kautsar untuk bermain sekaligus belajar bersama. Usaha yang dilakukan kelompok kami untuk mengundang anak-anak berhasil, masjid Al-Kautsara alhamdulillah mulai ramai dikunjungi oleh anak-anak. Kegiatan yang dilakukan oleh kelompok kami setelah masjid mulai ramai dikunjungi anak-anak yaitu mendampingi atau membimbing mereka dalam belajar dan sesekali bermain yang di dalamnya kami

sisipkan nilai-nilai keislaman dan kehidupan. Kegiatan TPA sendiri mengikuti yang sebelumnya telah lebih dahulu terlaksana yaitu setiap hari Minggu pukul empat sore. Selain mengajarkan TPA, kami juga mengajarkan cara membuat kerajinan tangan dan keterampilan kesenian seperti menggambar dan mewarnai. Bimbingan belajar ini dilaksanakan setiap hari setelah Maghrib hingga jam 8 malam, untuk hari Minggu kami hanya ikut mendampingi remaja masjid di sana untuk mengajar TPA. Kegiatan ini diikuti oleh anak-anak mulai dari yang belum menginjak bangku sekolah sampai kelas VII SMP. Pada umumnya, bimbingan belajar ini dilaksanakan untuk membantu serta mengajari mereka mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru di sekolah. Kegiatan belajar dilaksanakan sampai tugas dari anak-anak tersebut telah selesai dikerjakan. Kegiatan-kegiatan tersebut berjalan secara rutin dan berkesinambungan selama dua bulan. Bahagiannya kami disambut dengan baik dan ceria oleh anak-anak.

Kegiatan kami yang lainnya yaitu yang berhubungan dengan warganya sendiri lebih sering kegiatan yang sebelumnya tidak kami rencanakan, seperti contohnya rapat RT, rapat Karangtaruna, rapat PKK, senam ibu-ibu PKK dan rapat Ramadhan. Kami selipkan kegiatan kegiatan yang telah sebelumnya kami rencanakan yaitu penyuluhan, mulai dari bidang kesehatan, hukum, ekonomi, dan psikologi. Kami merasa senang karena tanggapan para warga baik pada apa yang telah kami kerjakan selama dua bulan ini. Selain hal itu, kelompok kami mendampingi pengajian rutin Minggu Wage. Kegiatan pengajian rutin ini memberikan kami sebuah pelajaran berharga yaitu semangat untuk menjalankan ibadah dan selalu berserah diri kepada Sang Pencipta. Masyarakat sekitar Karanglo merupakan masyarakat multikultural yang mampu mengikuti perkembangan zaman namun tetap menjaga visi dan misi pedukuhan Karanglo itu sendiri. Pedukuhan Karanglo RT 05 terdapat 70 kepala keluarga yang terdiri dari 69 memeluk agama Islam dan 1 keluarga beragama Katolik.

Kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Alternatif periode 63 memiliki program yaitu Ramadhan. Tentunya memasuki bulan Ramadan tersebut kegiatan kami bertambah berat dengan harus melaksanakan puasa sembari melaksanakan rencana program KKN yang telah kami rencanakan sebelumnya. Mulai dari persiapan menyambut datangnya bulan puasa tersebut hingga kegiatan-kegiatan yang ada di dalamnya. Alhamdulillah dengan niat kami untuk berkegiatan sekaligus beribadah, rasanya puasa yang seharusnya kami rasakan lapar tersebut tak terasa berat. Sekali lagi respon dari para warga di sana juga kembali membuat senyum lebar

kami, dan tentunya kami bersyukur akan hal tersebut. Keluarga itulah yang kami dapatkan di sana, dengan kemudian pada akhirnya berat untuk kami melepaskan mereka semua mulai dari anak-anak, para pemuda dan pemudinya, serta bapak ibu yang telah kami anggap orang tua kami di sana. Tentunya untuk kedepannya kami usahakan tidak lepas tali silaturahmi yang telah tercipta bersama seluruh warga Karanglo RT 05 dan insyaallah dikemudian hari mereka tidak lantas lupa kepada kami.

Kegiatan-kegiatan unggulan bersama, kami paparkan beserta gambar-gambar pilihan yang tentunya dengan antusias para pelakunya. Berikut adalah kegiatan-kegiatan tersebut :

1. Kami mengadakan kegiatan untuk para anak-anak TPA Masjid Al-Kautsar rekreasi serta belajar di Masjid Islamic Center UAD dengan kolaborasi remaja masjid.



Gambar 1. Study dan Rekreasi di Masjid Islamic Center UAD

2. Jalan sehat dan cek kesehatan gratis Alhamdulillah berhasil kita realisasikan dengan lancar. Respon para warga sangat baik dengan mengikuti serangkaian acara yang terdapat di dalamnya, dengan berkolaborasi Karangtaruna



Gambar 2. Jalan Sehat dan Cek Kesehatan.

3. Kelompok KKN kami juga mengikuti agenda lomba Festival Anak Sholeh yang diadakan di Kecamatan Banguntapan, dan Alhamdulillah beberapa anak didik kami mendapatkan juara.



Gambar 4. Lomba Festival Anak Sholeh

Selama dua bulan masa KKN banyak sekali kegiatan yang telah dilaksanakan, baik itu kegiatan yang terjadwal ataupun tidak terjadwal. Kegiatan demi kegiatan dilakukan dengan penuh keikhlasan. Sekilas itu beberapa kisah perjalanan yang telah diukir oleh teman-teman pejuang KKN Alternatif 63 dari Unit II.A.3. Semoga kegiatan yang telah kami laksanakan dapat bermanfaat bagi masyarakat sekitar dan pelajaran bersosialisasi di masyarakat mampu kami terapkan dalam kehidupan sehari-hari dengan baik.